

---

**GAMBARAN KEBIASAAN MEMBACA LABEL PANGAN BERDASARKAN  
STATUS GIZI MAHASISWA GIZI POLTEKKES KEMENKES BENGKULU  
TAHUN 2023**

**Treza Juniasari<sup>1</sup>, Meriwati<sup>1</sup>, Ahmad Rizal<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Bengkulu, 38225

E-mail: [trezajunia@gmail.com](mailto:trezajunia@gmail.com)

**ABSTRACT**

One of the things that need to be considered in the consumption of packaged food is the nutrition label. The nutrition label is information aimed at the public to provide information regarding the benefits and nutritional content of the food in the package. Reading the nutritional labels of packaged food aims to protect consumers from consuming unsafe food, besides that consumers can know the truth of product information, especially products that have claims related to nutrition and health. The purpose of this study was to describe the habit of reading food labels based on the nutritional status of nutrition students at the Bengkulu Ministry of Health Polytechnic in 2023. This research is a descriptive study with a cross-sectional research design, the sample of this study were students majoring in nutrition at the Health Ministry Polytechnic of Bengkulu as many as 83 respondents. The habit of reading labels using a questionnaire scale method and nutritional status using a tread scale and microtoise. This research was conducted in May 2023. The results of this study show the acquisition of questionnaire data from 83 respondents in terms of age and gender characteristics, habit of reading labels and nutritional status as well as habits based on nutritional status which shows the result that the average age is 19 years and the majority are female. The average student's habit of reading food labels is not good and some of the nutritional status of students majoring in nutrition have normal nutritional status and a small proportion of nutritional status is thin. The habit of students reading food labels based on nutritional status is that adolescents with obese nutritional status have more consumption patterns that are not good. Characteristics of students of the Nutrition Department of the Bengkulu Ministry of Health Polytechnic show an average age of 19 years and the majority are female. Most students of the Nutrition Department of the Bengkulu Ministry of Health Poltekkes have the habit of reading food labels in a poor category. Some students majoring in nutrition have normal nutritional status and a small proportion of Nutrition students at the Bengkulu Ministry of Health Polytechnic have a thin nutritional status.

**Keywords:** *Food Label, Nutritional Status*

**ABSTRAK**

Label gizi merupakan informasi yang ditujukan kepada masyarakat untuk memberikan informasi terkait manfaat dan kandungan gizi makanan dalam kemasan tersebut. Membaca label gizi makanan kemasan bertujuan untuk melindungi konsumen dari konsumsi makanan yang tidak aman, selain itu konsumen dapat mengetahui kebenaran informasi produk terutama produk yang memiliki klaim terkait gizi dan kesehatan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran kebiasaan membaca label pangan berdasarkan status gizi mahasiswa gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu Tahun 2023. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan rancangan penelitian *cross sectional*, sampel penelitian ini adalah mahasiswa jurusan gizi poltekkes kemenkes Bengkulu sebanyak 83 responden. Kebiasaan membaca label menggunakan metode skala kuesioner dan status gizi menggunakan timbangan injak dan microtoise. Penelitian ini dilakukan pada bulan Mei 2023. Hasil penelitian ini menunjukkan perolehan dari data kuesioner 83 responden dilihat dari karakteristik umur dan jenis kelamin, kebiasaan membaca label dan status gizi serta kebiasaan berdasarkan status gizi yang menunjukkan hasil bahwa rata-rata berusia 19 tahun dan mayoritas berjenis kelamin perempuan. Kebiasaan dalam membaca label pangan rata-rata mahasiswa kurang baik dan

---

sebagian status gizi mahasiswa jurusan gizi memiliki status gizi normal dan sebagian kecil status gizi kurus. Kebiasaan mahasiswa membaca label pangan berdasarkan status gizi yaitu remaja yang berstatus gizi gemuk pola konsumsinya lebih banyak yang tidak baik. Karakteristik mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu menunjukkan berusia rata-rata 19 tahun dan mayoritas berjenis kelamin perempuan. Hampir sebagian besar mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu mempunyai kebiasaan membaca label pangan dengan kategori kurang baik. Sebagian mahasiswa jurusan gizi memiliki status gizi normal dan sebagian kecil mahasiswa Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu memiliki status gizi kurus.

**Kata Kunci:** Label Pangan, Status Gizi

## PENDAHULUAN

Label informasi gizi adalah setiap keterangan mengenai pangan yang berbentuk gambar, tulisan, kombinasi keduanya, atau bentuk lain yang disertakan pada pangan, ditempelkan pada bagian kemasan pangan, yang selanjutnya dalam Peraturan Pemerintah, ini disebut sebagai “label” (Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia, 2019). Tidak memperhatikan label pangan dapat menimbulkan berbagai macam akibat; salah satunya keracunan akibat makanan yang kedaluwarsa. Dampak lain yang dapat terjadi selain keracunan akibat makanan kedaluwarsa, banyak program diet yang berkaitan dengan masalah kesehatan di masyarakat seperti gizi kurang/buruk, obesitas dengan darah tinggi, kanker, diabetes, osteoporosis, dan penyakit kardiovaskular (Yaumu *et al.*, 2022).

Kebiasaan membaca label gizi pada usia remaja dapat membantu pengaturan pola makan yang sehat pada waktu yang akan datang karena tujuan dari label gizi untuk membantu konsumen menghindari, mengurangi, atau, menambah konsumsi zat gizi sesuai dengan kebutuhan sehingga tidak menimbulkan resiko kesehatan. Mahasiswa umumnya memiliki aktifitas yang padat, mereka kebanyakan aktif dalam organisasi atau kegiatan di luar jam kuliah ataupun pada kegiatan akademis kampus. Kesibukan tersebut kadang berdampak pada ketidakteraturan jadwal makan dan meningkatkan kebiasaan memakan cemilan atau mengkonsumsi makanan kemasan (Nurbani *et al.*, 2020)

Status gizi merupakan ukuran keberhasilan dalam memenuhi kebutuhan nutrisi untuk anak dan penggunaan zat-zat gizi yang diindikasikan dengan berat badan dan tinggi badan. Remaja adalah masa terjadinya perubahan yang berlangsung cepat dalam

hal pertumbuhan, fisik, kognitif, dan psikososial. Batasan usia remaja menurut World Health Organization (WHO) adalah 12-24 tahun. Kebutuhan gizi untuk remaja sangat besar dikarenakan masih mengalami pertumbuhan. Remaja membutuhkan energi/kalori, protein, kalsium, zat besi, zinc dan vitamin untuk memenuhi aktifitas fisik seperti kegiatan-kegiatan disekolah dan kegiatan sehari-hari. Aspek lain yang terkait dengan pemilihan makanan remaja adalah kepedulian pada pembacaan label pangan dan gaya hidup. Penelitian yang dilakukan sebelumnya melaporkan bahwa label pangan pada makanan kemasan dapat membantu remaja melakukan pemilihan makan yang sehat.

Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Gambaran Kebiasaan Membaca Label Pangan Berdasarkan Status Gizi Mahasiswa Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu Tahun 2023.

## **METODE PENELITIAN**

Jenis Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif dengan rancangan penelitian *cross sectional*, yaitu penelitian pada beberapa populasi yang diamati pada waktu yang sama, untuk mengetahui Gambaran Kebiasaan Membaca Label Pangan Berdasarkan Status Gizi Mahasiswa Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu.

Populasi yang diambil pada penelitian ini adalah berdasarkan laporan akademik tahun 2022 jumlah mahasiswa gizi prodi D4 342 dan D3 berjumlah 264 jadi jumlah seluruh mahasiswa gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu sebanyak 606 mahasiswa.

Sampel yang diambil dalam peneliti ini adalah mahasiswa D3 dan D4 Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu. Sampel dalam penelitian ini menggunakan *teknik purposive sampling* jumlah sampel yang di dapat adalah 62 siswa.

Definisi opsional Kebiasaan membaca label pangan Seberapa sering membaca informasi produk makanan yang tercantum dalam label kemasan pangan 0= kurang Baik ( jika nilai  $\leq$  median = 26 ) 1= Baik ( jika nilai  $\geq$  median= 26). Status Gizi IMT/U dengan cara mengukur BB (kg) an TB (cm) meliputi kategori statusgizi,

1. Kurus tingkat berat , 2. Kurus tingkat ringan , 3. Normal , 4. Gemuk ringan , 5. Gemuk tingkat berat. 0= kurus (kode 1,2) 1=normal kode 3) 2= gemuk kode 4,5).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah semua data telah terkumpul, data akan di entri dalam bentuk master data yang kemudian diolah dengan SPSS sehingga dilakukan analisis univariat dengan hasil sebagai berikut :

### 1. Gambaran Karakteristik (umur dan jenis kelamin) Mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu Tahun 2023.

#### a. Umur

Tabel 4.1 Karakteristik berdasarkan umur mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu.

	Mean	Min	Max	Sd
Umur	19.80	19	23	.997
Total	19.80	19	23	.997

Sumber Data Penelitian, 2023

Tabel 4.1 menunjukkan dari 83 responden umur mahasiswa jurusan gizi yang rata-rata 19 tahun dan usia paling dewasa yaitu 23 tahun.

#### b. Jenis kelamin

Tabel 4.2 Karakteristik berdasarkan jenis kelamin mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu.

Jenis kelamin	Jumlah	
	n	%
Perempuan	76	91.6
Laki-laki	7	8.4
Total	83	100

Sumber Data Penelitian, 2023

Tabel 4.2 di atas berdasarkan hasil penelitian dari 83 responden diketahui rata-rata menunjukkan bahwa responden hampir seluruh perempuan dengan jumlah 76 orang (91.6%), sedangkan sebagian kecil responden laki-laki berjumlah 7 orang (8.4%), hal ini sesuai dengan populasi mahasiswa jurusan gizi

berdasarkan peminatannya proporsi memang terbanyak perempuan dibandingkan laki-laki.

## 2. Gambaran Kebiasaan Membaca Label Pangan Mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu Tahun 2023.

Tabel 4.3 Kebiasaan membaca label pangan mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu.

	Tidak Pernah		Kadang –Kadang		Selalu	
	n	%	n	%	n	%
Nama Produk	2	2.4	32	38.6	49	59.0
Komposisi	4	4.8	58	<b>69.9</b>	21	25.3
Berat Bersih	20	24.1	48	57.8	15	18.1
Alamat Pabrik	44	<b>53.0</b>	32	38.6	7	8.4
Tanggal Ekspired	4	4.8	27	32.5	52	62.7
BPOM	28	33.7	32	38.6	23	27.7
Kode Produksi	43	51.8	29	34.9	11	13.3
Penyimpanan	31	37.3	37	44.6	15	18.1
Nilai Gizi	4	4.8	51	61.4	28	33.7
Halal	3	3.6	20	24.1	60	<b>72.3</b>
Harga	2	2.4	21	25.3	60	<b>72.3</b>

Sumber Data Penelitian, 2023

Tabel 4.3 menunjukkan hasil kuesioner dengan 11 indikator pertanyaan perihal kebiasaan membaca label pangan menunjukkan proporsi tertinggi katagori tidak pernah membaca label gizi ditunjukkan pada indikator membaca alamat pabrik (53.0%). Proporsi tertinggi katagori kadang-kadang membaca label gizi ditunjukkan pada indikator komposisi makanan (69,9%). Proporsi tertinggi katagori selalu membaca label gizi ditunjukkan pada indicator halal dan harga (masing-masing sebesar 72,3%).

Selanjutnya dilihat distribusi data total skor ternyata menunjukkan distribusi datanya tidak normal sehingga total skor ini dikategorikan menjadi 2 kategori berdasarkan nilai median sehingga diperoleh hasil sebagai berikut.

Tabel 4.5 gambaran kebiasaan membaca label pangan mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Total skor	Jumlah	
	n	%
Kurang Baik ( jika nilai $\leq$ median = 26 )	38	45.8
Baik ( jika nilai $\geq$ median= 26)	45	54.2
Total	83	100

Sumber Data Penelitian, 2023

### 3. Gambaran Status Gizi Mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu Tahun 2023.

Tabel 4.6 Kategori status gizi mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu.

	Jumlah	
	n	%
Kurus tingkat berat	4	4.8
Kurus tingkat ringan	4	4.8
Normal	61	73.5
Gemuk tingkat ringan	6	7.2
Gemuk tingkat berat	8	9.6
Total	83	100

Sumber Data Penelitian, 2023

Berdasarkan indikator imt status gizi responden mahasiswa jurusan gizi menunjukkan proporsi tertinggi berstatus gizi normal (73.5%) dan terendah kurus dengan sangat kurus sebesar (4.8%), selanjutnya kategori tersebut dikelompokkan menjadi 3 seperti pada tabel berikut.

Tabel 4.7 menunjukkan pengelompokkan status gizi mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu.

	Jumlah	
	n	%
Kurus	7	4.8
Normal	60	73.5
Gemuk	16	7.2
Total	83	100

Sumber Data Penelitian, 2023

Tabel 4.7 Menunjukkan bahwa sebagian mahasiswa jurusan gizi memiliki status gizi normal yaitu (73.5%) dan sebagian kecil mahasiswa jurusan gizi memiliki status gizi kurus yaitu (4.8%).

#### 4. Gambaran Kebiasaan Membaca Label Pangan Berdasarkan Status Gizi Mahasiswa Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu.

Tabel 4.8 menunjukkan kebiasaan mahasiswa membaca label pangan berdasarkan status gizi sebagai berikut:

Status gizi	Kurang baik		Baik	
	N	%	n	%
Kurus	3	42.9%	4	57,1%
Normal	25	41.7%	35	58,3%
Gemuk	10	62%	6	37.5%

Sumber Data Penelitian, 2023

Tabel 4.8 menunjukkan bahwa untuk mahasiswa yang berstatus gizi kurus dan normal maka proporsi pola konsumsinya lebih banyak yang baik, sementara remaja yang berstatus gizi gemuk pola konsumsinya lebih banyak yang tidak baik.

## PEMBAHASAN

Pada pembahasan ini akan diuraikan tentang hasil penelitian serta membandingkan dengan teori dan penelitian terkait, serta mendiskusikan hasil penelitian yang telah diuraikan pada bab hasil. Sesuai dengan tujuan utama penelitian yang diajukan dalam penelitian ini.

### 1. Gambaran Karakteristik (umur dan jenis kelamin) Mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu Tahun 2023

Berdasarkan hasil penelitian dari 83 responden diketahui rata-rata berumur 19 tahun dan usia paling dewasa 23 tahun. Sejalan dengan penelitian (Widiawati & Komalasari, 2020) menyatakan bahwa dari segi usia sekitar 19-21 tahun ialah rentang usia yang masuk kedalam kategori usia dewasa awal. Hal tersebut akan mempengaruhi kepeduliannya terhadap label pangan, karena di usia tersebut mulai tumbuh rasa tanggung jawab baik terhadap diri sendiri maupun orang lain. Rentang usia 18-24 tahun merupakan usia yang paling umum untuk mahasiswa aktif dengan tingkat serjana dan tergolong dalam usia dewasa awal. Kemudian berdasarkan

penelitian (Fitri et al., 2020) menggambarkan kematangan fisik, psikis dan sosial yang mempengaruhi proses belajar mengajar. Ini berarti bahwa usia merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi informasi yang pada akhirnya berpengaruh pada peningkatan pengetahuan seseorang. Hal ini menunjukkan bahwa pada usia dewasa awal seseorang memiliki pengetahuan yang baik terlihat ketika mereka mampu mengenal dan memahami suatu informasi misal pengetahuan membaca label informasi nilai gizi makanan kemasan.

Berdasarkan hasil penelitian dari 83 responden diketahui rata-rata menunjukkan bahwa dari 83 responden, mayoritas responden adalah hampir seluruh perempuan dengan jumlah 76 orang (91.6%), sedangkan sebagian kecil responden laki-laki berjumlah 7 orang (8.4%), hal ini sesuai dengan populasi mahasiswa jurusan gizi berdasarkan peminatannya proporsi memang terbanyak perempuan dibandingkan laki-laki. Sejalan dengan penelitian (Fitri et al., 2020) bahwa stereotipe tentang pria dan wanita berbeda pada beberapa ciri-ciri kepribadian. Pria terlihat lebih agresif, sombong, kompetitif, kasar, kejam, dominan, independen, kasar, dan tidak emosional; wanita terlihat lebih mesra, cemas, penuh kasih, bergantung, emosional, lembut, sensitif, sentimental, dan tunduk. Kedua jenis kelamin juga dilihat sebagai berbeda dalam kepentingan mereka: Anak laki-laki diyakini lebih tertarik pada kegiatan perbaikan mobil, pertukangan, rekayasa, dan anak perempuan dan perempuan lebih tertarik pada keperawatan, menari dan akting, konseling

## **2. Gambaran Kebiasaan Membaca Label Pangan Mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu Tahun 2023.**

Hasil wawancara dengan 11 indikator pertanyaan perihal kebiasaan membaca label pangan menunjukkan proporsi tertinggi katagori tidak pernah membaca label gizi ditunjukkan pada indikator membaca alamat pabrik (53.0%) dengan skor terendah yaitu (1,11%). Berdasarkan penelitian (Ayu Puspitalena et al., 2018) menyatakan bahwa responden tidak pernah membaca alamat pabrik lebih dari (60%) dikerenakan dengan alasan tidak mengerti isinya dan beranggapan sama saja



dengan produk yang sebelumnya. Sejalan dengan penelitian yaumu syifa menyatakan untuk indikator alamat pabrik di kategorikan tidak pernah dengan skor (9.3%) karena sebagian besar responden mengatakan tidak ada waktu untuk membaca dan tidak butuh untuk membacanya (Yaumu et al., 2022).

Proporsi tertinggi katagori kadang-kadang membaca label gizi ditunjukkan pada indikator komposisi makanan (69,9%). Berdasarkan penelitian badriyah kategori kadang-kadang dalam membaca label pangan paling banyak yaitu komposisi (42%) dikarenakan responden mengaku membaca label daftar komposisi yang berisikan tulisan-tulisan yang banyak dan kompleks yang mungkin sulit dimengerti sehingga malas dan enggan untuk membaca lambel (Badriyah & Syafei, 2019). Sejalan dengan penelitian (Fathimah, 2018) kategori kadang-kadang pada kebiasaan santriwati membaca komposisi yaitu (67%) dikarenakan responden belum memiliki kebiasaan membaca label pangan terutama label komposisi

Proporsi tertinggi katagori selalu membaca label gizi ditunjukkan pada indikator halal dan harga (masing-masing sebesar 72,3%). Sejalan dengan penelitian (Ikrima et al., 2023) kategori selalu membaca indikator halal yaitu (78,7%) karena label halal ialah suatu keputusan dalam pembelian produk pangan. Berdasarkan penelitian (Arrias et al., 2019) menyatakan bahwa kategori selalu dibaca ditunjukkan pada indicator halal yaitu (86,9%) dan indicator harga yaitu (51,2%) karena penelitian ini menunjukkan bahwa responden memiliki prioritas dan pada indicator halal dan harga yaitu prioritas kedua sedangkan yang pertama ialah nama produk. Kemudian menurut penelitian (Lativia et al., 2022). menyatakan bahwa selalu memperhatikan label halal yaitu sebanyak (84,66%)(Lativia et al., 2022). Berdasarkan penelitian (Nurbani et al., 2020) mengatakan bahwa selalu memperhatikan harga yaitu (95.3%) dengan alasan bahwa ketika membeli suatu produk sesuai dengan kebutuhan harus halal dan tidak memberikan efek yang buruk bagi kesehatan.

### **3. Gambaran Status Gizi Mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu Tahun 2023.**

Berdasarkan indikator imt status gizi responden mahasiswa jurusan gizi menunjukkan proporsi tertinggi berstatus gizi normal (73.5%) dan terendah kurus dengan sangat kurus sebesar (4.8%), selanjutnya kategori tersebut dikelompokkan menjadi 3 dan menyatakan bahwa sebagian kecil mahasiswa jurusan gizi memiliki status gizi kurus yaitu (4.8%). Kebutuhan gizi untuk remaja sangat besar dikarenakan masih mengalami pertumbuhan. Remaja membutuhkan energi/kalori, protein, kalsium, zat besi, zinc dan vitamin untuk memenuhi aktifitas fisik seperti kegiatan-kegiatan disekolah dan kegiatan sehari-hari. Banyak remaja tidak mementingkan antara asupan energi yang dikeluarkan dengan asupan energi yang masuk, hal ini akan mengakibatkan permasalahan gizi seperti penambahan berat badan atau sebaliknya jika energi terlalu banyak keluar akan mengakibatkan kekurangan gizi.

Menurut penelitian (Dwimawati, 2020) setiap orang mempunyai status gizi yang berbeda hal ini tergantung pada asupan gizi dan kebutuhannya. Jika antara asupan gizi dengan kebutuhan tubuhnya seimbang, maka akan menghasilkan status gizi baik, sebaliknya jika antara asupan gizi dengan kebutuhan tubuh tidak seimbang akan menimbulkan masalah status gizi. Kebutuhan gizi setiap orang dipengaruhi oleh berbagai macam faktor misalnya usia, jenis kelamin, aktivitas, berat badan, dan tinggi badan. Sejalan dengan penelitian (Sri et al., 2022) dari hasil penelitian ini secara garis besar diketahui hampir sebagian responden mempunyai status gizi normal yaitu berjumlah 45 (55,6%) orang dibandingkan dengan kekurangan berat badan tingkat berat yaitu 10 (12,3%), hal ini mungkin karena latar belakang responden merupakan mahasiswa kesehatan yang mengetahui pentingnya mengonsumsi makanan yang tinggi akan kandungan gizi yang baik guna untuk memelihara kesehatan.

#### **4. Gambaran Kebiasaan Membaca Label Pangan Berdasarkan Status Gizi Mahasiswa Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu.**

Berdasarkan kebiasaan membaca label pangan berdasarkan status gizi menunjukkan hasil bahwa responden mahasiswa jurusan gizi yang berstatus gizi kurus dan normal maka proporsi pola konsumsinya lebih banyak yang baik, sementara remaja yang berstatus gizi gemuk pola konsumsinya lebih banyak yang tidak baik. Sejalan dengan penelitian Kebiasaan membaca label informasi nilai gizi makanan kemasan bukan merupakan faktor yang mempengaruhi status gizi mahasiswa, namun kebiasaan tersebut sangat berperan dalam menentukan status gizi mahasiswa. Tingkat pengetahuan cara membaca label informasi gizi mahasiswa status gizi normal lebih baik daripada mahasiswa obesitas saat memilih makanan kemasan Penelitian lain yang dilakukan yaitu responden dengan status gizi normal cenderung memilih makanan cepat saji yang baik dibandingkan responden dengan status gizi kurang dan obesitas (Fitri et al., 2020). Untuk meminimalisir kejadian obesitas yang disebabkan oleh konsumsi makanan kemasan yang berlebihan, maka pada tahun 1990 di Amerika Serikat *Nutrition Labeling and Education Act* (NLEA) memberikan perintah kepada para pengusaha makanan untuk mencantumkan informasi nilai gizi yang terstandar pada kemasan makanan. Pencantuman label pangan pada kemasan makanan, khususnya informasi nilai gizi, bertujuan untuk memberikan informasi kepada konsumen mengenai nilai gizi yang terkandung dalam makanan tersebut. Diharapkan, dengan informasi yang tersedia konsumen akan lebih bijak dalam memilih makanan yang akan dikonsumsi (Sulistiyowati et al., 2017)

#### **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil dari penelitian dan pembahasan kebiasaan membaca label pangan berdasarkan status gizi mahasiswa gizi Poltekkes kemenkes bengkulu Tahun 2023, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Karakteristik mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu menunjukkan berusia rata-rata 19 tahun dan mayoritas berjenis kelamin perempuan.
2. Hampir sebagian besar mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu mempunyai kebiasaan membaca label pangan dengan kategori kurang baik.
3. Sebagian mahasiswa jurusan gizi memiliki status gizi normal dan Sebagian kecil mahasiswa Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu memiliki status gizi kurus.
4. Mahasiswa yang berstatus gizi kurus dan normal proporsi pola konsumsinya lebih banyak yang baik, sementara remaja yang berstatus gizi gemuk pola konsumsinya lebih banyak yang kurang baik.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah membantunya. Pada kesempatan ini, penulis juga mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Allah SWT atas segala nikmat dan karunia-Nya, serta kepada kedua orang tua tercinta atas dukungan yang tiada henti.

Saya ingin menyampaikan penghargaan yang tulus kepada Ibu Meriwati, pembimbing pertama, dan bapak Ahmad Rizal, pembimbing kedua, atas kepemimpinan, dorongan, dan bantuan material dalam menyukkseskan penelitian ini.

### DAFTAR PUSTAKA

- Akhfa, A. N. (2021). Hubungan Pengetahuan Gizi, Status Gizi, Dan Tingkat Pemahaman Dengan Perilaku Membaca Label Gizi. *Argipa*, 6(1), 52–62.
- Anggusti, M. (2018). *Terhadap Pemberian Label Gizi Yang Tidak Sesuai Dengan Mutu Pada Produk Pangan Olahan*. 07(2), 164–177.
- Arrias, J. C., Alvarado, D., & Calderón, M. (2019). *No Analisis struktur kovarian T untuk indeks terkait kesehatan pada lansia di rumah, dengan fokus pada kesehatan subjektif*. 5–10.
- Assifa, R. R. (2017). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Membaca Label Pangan pada Siswa SMA Negeri 68 Jakarta Tahun 2012. *Skripsi*, 129.
- Ayu Puspitalena, Palupi, N. S., & Giriwono, P. E. (2018). Role of Nutrition and Health Claims on Growing Up Milk Product as Purchasing Decision Determination. *Jurnal Mutu Pangan*, 2(2), 144–152.
- Badriyah, L., & Syafei, A. (2019). Persepsi dan Perilaku Membaca Label Pangan dan

- Informasi Gizi pada Siswa SMK Wijaya Kusuma. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 8(04), 167–174.
- BPOM. (2018). Label Pangan Olahan. In *Bpom Ri*.
- BPOM. (2019). Peraturan Badan Pengawas Obat Dan Makanan Nomor 22 Tahun 2019 Tentang Informasi Nilai Gizi Pada Label Pangan Olahan. *Badan Pengawas Obat Dan Makanan*, 53, 1689–1699.
- Bulan, T. P. L., Fazrin, K., & Rizal, M. (2018). Pengaruh Label Halal dan Bonus dalam Kemasan terhadap Keputusan Pembelian pada Produk Kinder Joy pada Masyarakat Kota Langsa. *Jurnal Manajemen Dan Keuangan*, 6(2), 729–739.
- Dwimawati, E. (2020). *GAMBARAN STATUS GIZI BERDASARKAN ANTROPOMETRI PADA Pendahuluan Metode Penelitian dan Populasi Hasil Penelitian*. 3(1).
- Faradila, O. E., Kuswari, M., & Gifari, N. (2020). Perbedaan Pemilihan Makanan dan Faktor yang Berkaitan pada Remaja Putri di SMA Daerah Kota dan Kabupaten. *Nutri-Sains: Jurnal Gizi, Pangan Dan Aplikasinya*, 3(2), 103.
- Fathimah, F. (2018). Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Kebiasaan Memeriksa Label Halal Kemasan Pangan Pada Santriwati. *Darussalam Nutrition Journal*, 1(1), 1.
- Fitri, N. F. N., Metty, M., & Yuliati, E. (2020). Hubungan Pengetahuan Dan Kebiasaan Membaca Label Informasi Nilai Gizi Makanan Kemasan Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Asrama Kutai Kartanegara Di Yogyakarta. *Jurnal GIZIDO*, 12(1), 45–54.
- Gek, P. ega, & I, udiana made. (n.d.). *Akibat hukum terhadap pelaku usaha yang menjual makanan kadaluwarsa*. 1–6.
- Hafiza, D., Utmi, A., & Niriayah, S. (2021). Hubungan Kebiasaan Makan Dengan Status Gizi Pada Remaja Smp Ylpi Pekanbaru. *Al-Asalmiya Nursing Jurnal Ilmu Keperawatan (Journal of Nursing Sciences)*, 9(2), 86–96.
- Hakim, A. R. (2021). *Perlindungan Konsumen Terhadap Peredaran Produk Makanan dan Minuman Tanpa Label*. 98–110.